

妇女教育系列教材

女性心理学

张李玺 著

北方妇女儿童出版社

B.2443
8
1

妇女教育系列教材

女性心理学

张李玺 著

061681



女子学报 0042204

北方妇女儿童出版社

妇女教育系列教材
女性心理学

张李玺 著

北方妇女儿童出版社出版发行

深县印刷厂印刷

787×1092毫米32开本

7.5印张 160000字数

1990年12月第1版

1990年12月第1次印刷

印数1—3300

统一书号：ISBN7—5385—0637—3/C·33

定价：3.15元

妇女教育系列教材

主 编 邓仲华

副主编 张李玺 任芬

系列教材书目

妇女解放理论

中国妇女运动史

国际妇女运动概况

妇女工作管理

家庭社会学

现代管理学与领导学教程

女性心理学

妇女人才引论

女性美学

家庭管理学

妇女生理卫生与保健

法学基础知识

出版说明

妇女心理学在我国是一个新的研究领域。近年来，诸多心理学、社会学、妇女理论工作者们在这里勤奋耕耘，先后出版了一批译著和专著，发表了许多有关文章，为我国该学科的建立和发展作出了贡献，使更多的人开始了解这门新学科并对此发生了浓厚的兴趣。

笔者1987年开始涉猎这个领域，半路出家，吃盐自然多些。但我一来得利于在妇女院校从事妇女心理学的教学工作，二来作为一名女研究者，在搜集材料方面，不能不说享有得天独厚的条件。在几年的教学实践中，我深深感到，由于在对人的研究中长期存在着以男性为主的“男尊女卑”观念，因而，占人口一半的女性心理特点并未被人们重视。为什么在社会主义社会仍然存在男女不平等的现象？为什么女性的付出与收获是那么不相称？为什么随着年龄的增加两性的智力水平有了距离？为什么女性的自我评价比男性低？为什么已婚女性的婚姻满意度远低于已婚男性？为什么女性的职业成就不如男性？女性是比男性笨吗？……，这些问题在传统的心理学研究中未受到足够重视和研究。因此，女性心理学的建立，无论从理论上还是实践上，都是十分有意义的。

由于教学的需要，我匆匆整理出这本教材，对一些问题阐明了自己的想法，自然很不成熟，但如能以此引来各位前辈、同行及其他读者的兴趣及指教，当足可聊以自慰了。

考虑到开设女性心理学这门课程的大多数妇女院校中，都未独立开设普通心理学课程，缺乏学好女性心理学的必要专业基础知识，因此，本教材最后专设一章附录，简介心理学知识，以方便教学。此外，为帮助学生提高分析问题和解决问题的能力，各章之后，还附有案例讨论。

此教材由中国妇女管理干部学院妇女工作管理系系主任、副教授邓仲华同志全文主审，副院长、副教授徐明同志也对许多章节的内容提出了修改意见并给予了具体指导。此外，在成书过程中，笔者参考了国内外许多学者有关方面的研究成果，同时也得到了许多同事和学生们的支持与帮助，在此一并表示感谢！

作者 1990年6月于北京

目 录

第一章 绪论	(1)
第一节 女性心理学的研究对象	(2)
一、女性心理的特殊性.....	(3)
二、女性心理学的定义.....	(5)
第二节 女性心理学的研究内容	(7)
一、国外女性心理学的研究内容.....	(7)
二、我国女性心理学的研究内容.....	(8)
第三节 女性心理学研究的意义	(10)
一、女性心理学研究的理论意义.....	(11)
二、女性心理学研究的实践意义.....	(14)
第四节 女性心理学研究的发展	(14)
一、女性心理学前科学时期的研究.....	(15)
二、女性心理学的诞生及研究现状.....	(17)
三、女性心理学研究的远景.....	(20)
案例讨论	(23)
第二章 女性的性别角色社会化	(25)
第一节 性别角色理论	(25)
一、性别.....	(25)
二、性别角色.....	(26)
三、性别角色差异.....	(28)
四、性别角色刻板印象.....	(29)

第二节	女性性别角色社会化	(30)
一、	性别角色差异产生的原因	(30)
二、	女性性别角色社会化的途径	(31)
三、	有关性别角色社会化的几种观点介绍	(37)
第三节	女性角色特征的形成	(39)
一、	女性角色特征的结果	(39)
二、	社会偏见及性别歧视	(42)
第四节	理想的性别角色模式	(44)
一、	男女气质分类的传统观点	(44)
二、	男女气质双性化	(47)
案例讨论		(54)
第三章	女性的发展心理	(57)
第一节	心理发展的年龄特征	(57)
一、	心理发展年龄特征的概念	(57)
二、	女性心理发展年龄阶段的划分	(58)
第二节	青年期女性的心理特征(上)	(60)
一、	青春期女性的生理变化	(61)
二、	青年前期女性的心理特征	(65)
第三节	青年期女性的心理特征(下)	(69)
一、	青年后期女性的生理变化	(69)
二、	青年后期女性的心理特征	(70)
第四节	中年期女性的心理特征	(72)
一、	中年期女性的生理特征	(73)
二、	中年期女性的心理特征	(73)
第五节	老年期女性的心理特征	(76)

一、老年期女性的生理特征·····	(76)
二、老年期女性的心理特征·····	(77)
案例讨论·····	(80)
第四章 女性的职业心理·····	(82)
第一节 能力概述·····	(82)
一、什么是能力·····	(83)
二、能力的个别差异·····	(84)
三、影响能力形成和发展的因素·····	(87)
第二节 女性能力结构特征·····	(90)
一、两性智力的整体水平比较·····	(90)
二、女性能力结构特征·····	(92)
第三节 女性的成就动机·····	(94)
一、什么是成就动机·····	(94)
二、抑制女性成就动机的因素·····	(95)
第四节 女性的职业成就及领导行为·····	(102)
一、女性的就职状况·····	(103)
二、我国现阶段女性的职业成就·····	(103)
三、女性的领导行为·····	(105)
第五节 女性低成就的原因及对策·····	(107)
一、女性职业成就低的原因·····	(107)
二、措施与对策·····	(113)
案例讨论·····	(117)
第五章 女性的婚恋与家庭心理·····	(120)
第一节 恋爱心理·····	(120)
一、健康爱情的心理结构·····	(120)

二、恋爱阶段的心理特征·····	(122)
三、恋爱中常见的女性心理弊病·····	(122)
四、大龄未婚女青年的心理状态·····	(124)
第二节 夫妻心理·····	(125)
一、妻子角色扮演中常见的心理弊病·····	(125)
二、夫妻感情的深化·····	(127)
第三节 离婚心理·····	(130)
一、女性离婚动机的特点·····	(131)
二、女性离婚的心理障碍·····	(131)
三、女性离婚心理障碍的排解·····	(132)
第四节 再婚心理·····	(134)
一、女性再婚动机的特点·····	(134)
二、“再婚妻子”的心理调适·····	(135)
附：女子恋爱类型量表·····	(139)
婚姻潜力量表·····	(142)
案例讨论·····	(143)
第六章 女性的性心理 ·····	(148)
第一节 性心理·····	(148)
一、性心理的主要内容·····	(148)
二、影响性心理的社会因素·····	(150)
三、性心理学的研究·····	(151)
第二节 性行为中的性别差异·····	(153)
一、性行为中性别差异的表现·····	(153)
二、性行为中性别差异产生的原因·····	(155)
三、健康的性行为·····	(157)

第三节 常见的女性性功能障碍 ·····	(159)
一、常见的女性性功能障碍·····	(159)
二、女性性功能障碍出现的原因·····	(161)
三、克服女性性功能障碍的方法·····	(162)
第四节 女性的性教育 ·····	(166)
一、开展性教育的重要性·····	(166)
二、女性性教育的内容·····	(168)
三、性教育的人员及方法·····	(169)
四、性教育的历史变迁及国际动向·····	(170)
案例讨论 ·····	(174)
第七章 女性的心理健康 ·····	(177)
第一节 心理健康概述 ·····	(177)
一、心理健康的概念与标准·····	(177)
二、心理健康研究的发展·····	(178)
三、促进女性心理健康的意义·····	(179)
四、保持心理健康的原则·····	(180)
第二节 心理障碍产生的原因 ·····	(181)
一、心理障碍现象的分类·····	(182)
二、心理障碍产生的主要原因·····	(182)
第三节 常见的女性心理障碍 ·····	(190)
一、常见的女性心理障碍·····	(191)
二、保持健全人格的途径·····	(193)
第四节 女性的社会心理障碍 ·····	(194)
一、女性社会心理障碍的表现及危害·····	(194)
二、消除社会心理障碍的对策·····	(200)

061681

第五节 心理健康咨询·····	(201)
一、心理健康咨询是现代社会生活的需要·····	(202)
二、心理健康咨询的范围·····	(203)
三、心理健康咨询的方式·····	(204)
四、心理健康咨询和治疗的方法·····	(205)
案例讨论·····	(208)
附录：心理学基本知识简介·····	(211)

第一章 绪 论

占人类人口二分之一的**女性**，在历史的天平上，却没有留下与另一半相应的份量。在以男性文化为中心的社会中，女性几乎没有施展自己才能的天地，在社会生活的各个方面，不得不依赖“另一半”生存于社会之中，也由此而处于社会底层。

社会主义制度的建立，无疑摧毁了女性沦为被压迫地位的基础，但男女不平等这种传统观念在意识形态领域中还占有很大阵地，人们的心理状态在这方面的变化，也远远不能适应时代发展的要求。“男子汉”总被人们赋予勇敢、坚定、敢想敢做、有责任心、有领导力等一系列个性优点，“女子气”则给人们温柔、细心、软弱、胆小、自卑、依赖等印象，因此，在社会中要有所作为，首先要有“男子汉”的气质。这种传统的性别角色意识支持了男优女劣的社会偏见，使歧视女性的现象时有发生，更为有害的是，歧视女性的人并非都是男性，歧视女性的表现也并非是一清一色的大男子主义，女性自己看不起自己的大有人在。女性这种自卑心理的表现是多样的，如自我评价低，屈从于女不如男的观念，寻求和满足安定，甚至于“二保一”（保丈夫）、“夫贵妻荣”等等，无不是轻视自身能力的表现。这些意识的存在，无疑束缚了女性大干事业、参与社会活动的手脚，成为

女性前进道路上的层层障碍。因此，改变女性的社会地位，改变人们对性别角色的传统意识，改变女性的个性特征，赋予女性一个适应新时代发展的新形象，不仅需要社会环境的变化，更重要的是女性自身的努力。

这本教材，就是想以马克思列宁主义为指导，以马克思主义妇女解放理论为基础，从心理学的角度出发，探讨女性心理特征的发生，发展规律，探讨女性意识的形成和发展，突出该学科应用强的特点，指出传统女性意识对女性的束缚与消极影响，让女性能全面认识自己 and 了解自身；指出女性应如何消除心理障碍，提高心理素质，挖掘自己的潜力，轻装上阵，在改革开放的洪流中，在实现“四化”的道路上，充分发挥自己的聪明才智，与男性一道拼搏与奋进，勇敢地顶起半边天。

第一节 女性心理学的研究对象

每一门学科，都有自己特定的研究对象，并以此对象为轴心建立起一个独立的学科体系。如哲学研究自然、社会和精神三大运动领域的一般规律；心理学研究人的心理活动规律；……。顾名思义，女性心理学研究的是女性心理现象的发生、发展规律。

但“女性心理”能否作为心理学学科中一个特定的研究对象，许多人对此持有异议。比如有这样一些说法：“心理学就是研究人的心理活动的，‘人’，自然包括了男人和女人，还有必要专门研究女性心理吗？”还有人认为：“人的

心理现象的产生机制是相同的，女性心理难道有什么特殊性吗？”总之，有一部分人对女性心理的特殊性持怀疑态度，由此，我们首先应回答的问题是：女性心理有没有特殊性？

一、女性心理的特殊性

生理条件及社会环境条件是人的各种心理现象发生、发展的两个必不可少的基础。有些心理现象较多地与生理条件的变化相联系，而有些心理现象则较多地与社会环境条件的变化相联系，女性心理的发生、发展同样如此。

由于女性长期处于以男性为中心的社会环境中，因此，在她们身上便出现了一些有典型意义的特殊心理现象。如在自信心问题上，性别差异是很突出的。女性较男性自卑感强，依赖性强，自我评价低，成就动机弱，这些差异自然会影 响女性的职业成就及社会地位，甚至婚 姻生活。但很明显，这种差异的产生与两性生理差异毫无联系，它主要源于女性所处的社会环境，如女性受教育水平低，角色冲突严重，社会化过程中的差别教育，职业结构不合理等等。由于社会对女性的不合理要求——同时扮演好多种角色——和不公正的评价，导致了女性自卑心理的出现，并对女性行为发生了一系列消极影响。

再如女性的参政问题，许多人都注意到女性参政意识薄弱的问题，其中女性心理的不平衡不能不说是一个主要原因。有人对131名女领导者进行过调查，其中由于忙于工作而疏于家务、疏于丈夫孩子偶而自责的占20.5%，经常内疚自责的占6.5%。职业女性的心理冲突，如角色冲突、评价

冲突等，使女性的从政道路更为艰难，而这种现象在男性身上很少出现，他们很少陷入这种冲突之中。可见，女性心理的不平衡与“男主外、女主内”这种传统角色分工原则有着密切联系。

还有一种常见的社会现象，即在大龄未婚青年中，女青年的“质量”大多高于男青年，这就给人们造成一种错觉，似乎女青年的成就愈高，恋爱、婚姻成功的可能性愈小，在“男尊女卑”、“丈夫社会地位一定要高于妻子”等传统意识的作用下，更给未婚女性造成一种心理压力，似乎她们只能在婚姻家庭与社会事业二者中选择一方，她们事业上的成就如果越大，可进行择偶的范围反而越小。但对男性来说情况就完全不同了，事业上的成功是他们唯一的进取目标，在事业上成就越大，择偶的范围就越大。这种两极结果的出现，显然与社会环境与传统意识的影响有关。

我们还可发现已婚妇女中常见的避孕、人工流产等事件也会由于特定的环境因素给女性带来一定的心理负担和压力，如“再孕恐惧”这种心理状态男性是不会体验到的。笔者曾在北京几所大医院的计划生育门诊进行过近百例的访谈调查，^① 结果发现，在城市育龄妇女中，再孕恐惧这种心态有一定的普遍性，这种心理负担的产生也与种种复杂的外界因素有关。长期存在这种心理压力显然不利于女性的身心健康和工作。

除此之外，女性还有一些特殊心理现象受到女性一生中的生理变化的很大影响。如初潮、经期、妊娠、闭经等生理

^①《人口动态》：1986年第6期第24页。

变化，便是导致青春期心理波动、经期紧张症、更年期综合症等现象发生的一个主要原因。诸如以上两类现象，我们还可以列举出许多，这里且不去深究它们产生的原因是什么，仅就对女性心理现象有无特殊性这个问题来说，回答无疑是肯定的，即女性心理因其生理结构的特殊性和所处环境的复杂性有其自身的特点，而在以往的以男性为中心的科学研究中，并未注意和重视这一点。既然如此，那么，对女性心理的研究便是必要的和有意义的了。

二、女性心理学的定义

对于什么是女性心理学，国内外的许多学者都有过论述。美国心理学家珍妮特·希伯雷·海登和B·G·罗森伯格认为女性心理学就是“说明男女两性的心理什么时候相同，什么时候相异；告诉人们什么是妇女心理。”^①日本心理学家服部正认为女性心理学就是要“在充分吸收性差心理学成果的基础上，重新紧紧扣住并全面探索女性心理的本质。”^②其研究的主要任务是女性如何生活？女性的生存意义何在？女性日常生活的动力是什么等等。美国妇女心理学家玛莎·迈尼克认为，妇女心理学是“在一定时间内研究团体内妇女体验的变化。”^③我国近年来第一本论述妇女心理学的专著——《妇女心理学》的作者任平安、赵艳屏认为：

①所著《妇女心理学》；珍妮特·希伯雷·海登，B·G·罗森伯格
云南人民出版社，第5页。

②所著《女性心理学》□服部正，上海翻译出版公司，第7页。

③《心理科学通讯》：1981年第3期，第75页。